



Yeyin için amma israf eləməyin (Araf 31)
Banu Atabay'ın Mütəvazi Lezzətlər® Azərəcə Yemək Tərifləri

Təbriz Plovu

Təbriz Pilavı



1,5 Su stəkanı düyü
100 qr. dana qıyması
250 qr. təzə paxla
4 Çorba qaşığı ay çiçək yağı
1 Çorba qaşığı kərəyağı
Yarım şorba qaşığı pomidor sousu
1 Şiriniyyat qaşığı duz
Yarım şirin qaşığı qara bibər
2 Su stəkanı paxla qaynatma suyu
1 Su stəkanı ət suyu

- # Paxlalar ayırd ediyər, yuyunar, 1 sm. uzunluğunda kiçik kiçik doğranar, yumşalana qədər qaynadılar.
- # Qaynadılan paxla, süzgəcə tökülər, soyumağa buraxılar, saxlanar.
- # Plovun bişəcəyi qazana, ay çiçək yağı və kərəyağı qoyular, istilənincə qıyma əlavə olunar, davamlı qarışdıraraq qovrular.
- # Üzərinə pomidor sousu və duz əlavə olunar, sousun qoxusu gedənə qədər qovrular.
- # Bu vaxt düyü suda gözlədilmədən, doğrudan yaxşıca yuyunar, suyu süzülər.
- # Qovrulmuş qıymalı souslu qarışığa düyü əlavə olunar, orta atəşdə 5 - 6 dəqiqə qovrular.
- # Üzərinə qaynadılmış paxla və qara bibər əlavə olunar, bir neçə dəfə çevrilər.
- # Ən son ət suyu və paxlanın qaynatma suyu qatılar, qazanın qapağı bağlanılar. Əvvəl sürətli sonra batıq atəşdə 20 dəqiqə bişirilər.
- # Müddət sonunda ocaq bağlanılar, qazan ilə qapaq arasına kağız dəsmal qoyular, yarım saat dinləndirilər.
- # Plov dəmləndikdən sonra əzmədən qarışdırılar. 10 dəqiqə daha dinlən/istirahət etdirilər, isladılmış kasaya qoyular, düz qaba tərs çevirərək süfrəyə gətirilər.

Not: Təbriz plovu, adında da aydın olacağı kimi, İran mətbəxinə aiddir.